L- Carnitina

www.naturallya.com

www.naturallya.com Teléfonos: Monterrey: (81) 8421-1060 Guadalajara: (33) 8421-9917 México: (55) 4169-1181

Denominada la molécula "**devoradora de grasa**" es un aminoácido que constituye un cofactor esencial del metabolismo de los ácidos grasos, actúa disminuyendo los niveles elevados de triglicéridos y colesterol en sangre, mejorando el metabolismo de los lípidos.

Que función cumple la l-carnitina en nuestro cuerpo?

Su principal función es la de generar energía para nuestro organismo. Es un elemento clave para la correcta oxidación de los ácidos grasos en la mitocondria, y así liberar energía en forma de ATP (adenosín-trifosfato). Es clave porque es el vehículo o transporte “carrier” entre las grasas y los centros celulares de reconversión energética.
Hay que dejar bien claro, que la L-carnitina no es un quemador de grasas, sino un transportador que facilita que esas grasas sean utilizadas correctamente como fuente energética. Sin la L-carnitina los depósitos grasos no pueden oxidarse y, como consecuencia de ello, quedan almacenados en el torrente sanguíneo y en las células de nuestro organismo.

La síntesis y producción en nuestro cuerpo ocurre en las cantidades adecuadas siempre y cuando llevemos una nutrición balanceada y correcta. Aunque en determinadas situaciones puntuales, como la de alta demanda energética o personas que llevan una dieta vegetariana, la suplementación se hace conveniente.
La L-carnitina tiene diferentes campos de acción donde poder utilizarla: La medicina cardiovascular: la L-carnitina es fundamental en el correcto funcionamiento del corazón, por lo tanto es recomendada ante situaciones de insuficiencia cardiaca, anginas de pecho, secuelas de infarto, etc., debido a que este suplemento dietético favorece la contracción de las células musculares cardiacas. Es un vasodilatador y antioxidante a la vez.
Entrenamiento físico: es utilizada como suplemento energético, ya que aumenta el suministro de energía hacia el músculo a través de un mayor flujo sanguíneo en la zona.
Dietas de adelgazamiento: como la L-carnitina moviliza y transporta los depósitos grasos para la obtención de energía, si la dieta baja en calorías se suplementa con L-carnitina, se favorece la perdida de grasa corporal.
Ayuda a disminuir la concentración de colesterol en sangre y triglicéridos.
Dificultades renales: puede utilizarse L-carnitina en personas sometidas a tratamiento de diálisis, ya que sus carencias llegan a ser muy altas.

Con respecto a la ingesta diaria recomendada, no existen valores determinados, siempre es muy importante asesorarse con un profesional, aunque no se haya encontrado hasta el momento ningún tipo de toxicidad posible.

Concluimos aconsejando a todos ustedes que si de perdida de peso se trata, no hay soluciones mágicas, debe seguirse siempre una dieta baja en calorías, variada y balanceada, practicar una rutina de ejercicio físico y siempre que un profesional lo indique complementar el tratamiento con algún suplemento nutricional.

USOS DE L-CARNITINA
Disminuye el riesgo de enfermedades cardivasculares
Hipertensión
Arritmias cardíacas
Colesterol elevado
Colesterol HDL bajo
Debilidad del muscular
Enfermedades del músculo
Fatiga general
Sobrepeso
Abuso del alcohol

Embarazo
Hipotiroidismo
Esterilidad masculina

También es utilizada en:
Mal de Alzheimer
Depresión senil

Falta de memoria
Diabetes
Cirrosis hepática
Trastornos renales
Infertilidad masculina debido a bajo conteo de espermatozoides y poca movilidad de los mismos.

Estudios relacionados a la l-Carnitina:

Una nueva patente demuestra que la L-carnitina protege al corazón del daño cardiaco asociado a la hipertensión arterial.

Un grupo de investigadores de la Universidad de Sevilla, liderado por Carmen María Vázquez Cueto, ha solicitado a la Oficina Española de Patentes y Marcas (OEPM) la patente del descubrimiento de la L-carnitina como sustancia para la prevención o el tratamiento de alteraciones cardiacas asociadas a la hipertensión arterial. La finalidad de este descubrimiento es la elaboración de un medicamento o un suplemento nutricional para combatir el proceso inflamatorio cardiaco que va asociado a la hipertensión arterial. "Gracias a estudios incentivados por la Consejería de Salud de la Junta de Andalucía y por el Fondo de Investigación Sanitaria (Ministerio de Sanidad y Consumo), hemos comprobado que la L-carnitina, por sus propiedades antioxidantes y antiinflamatorias, protege al corazón del daño cardiaco que se produce en situaciones de hipertensión", afirma Vázquez Cueto.

El grupo liderado por la Dra.Carmen Mª Vázquez Cueto ya solicitó una patente en el año 2007 por la demostración de la acción hipotensora de la L-carnitina. Con esta patente se demostraba que la administración de L-carnitina, como coadyuvante al tratamiento de los pacientes hipertensivos, podría ayudar significativamente a reducir la presión arterial de éstos. "Lo que hemos encontrado desde el 2007 hasta ahora es que la L-carnitina, además de tener un efecto hipotensor, protege al corazón del daño cardiaco que va asociado a la hipertensión arterial", explica Vázquez Cueto. "Los fármacos antihipertensivos bajan la presión arterial. Pero no sólo es importante disminuir la presión arterial, también hay que proteger a la persona de los daños que ejerce esa presión en los órganos diana como, por ejemplo, el corazón", añade.

Modo de Empleo:

Presentación de 250 mg.
Tomar 2 tabletas de 250 mg. antes de cada comida (3 veces al día)

Presentación de 500 mg.
Tomar 1 tableta antes de cada comida (3 veces al día)